

МЕНЮ

2 мая 2024 г.
Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр костромской)	8	2,02	2,11	0,00	28,12	0,24
1996	161	* СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * макаронные изделия (вермишель), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	150	4,73	4,07	15,34	117,35	0,63
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,17	3,44	14,02	103,41	0,70
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (аллергики) (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,19	0,00	4,88	20,31	0,04
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	30/5	2,36	4,33	16,19	114,60	0,00
Итого			373	13,28	13,95	45,55	363,48	1,57
II Завтрак								
1996	табл№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	192	0,77	0,77	18,78	90,04	30,65
Итого			192	0,77	0,77	18,78	90,04	30,65
Обед								
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина лопатка д/п, * яйца куриные (шт.), * петрушка сушеная)	150/15	4,59	4,38	11,67	108,06	5,84
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (* полуфабр.говяд. д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана обжаренная, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	60	8,90	9,37	3,24	153,10	0,59
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, **масло сладко-сливочное несоленое, * морковь, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	120	2,79	3,41	11,63	89,87	25,38
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* капуста белокочанная, * лук репчатый, * сахар песок, * соль йодированная, * мука пшеничная высш.сорт, **масло сладко-сливочное несоленое, * морковь)	120	2,68	3,68	11,58	91,52	24,76
1996	табл2 4	* ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (* горошек зеленый консервы)	25	0,73	0,00	1,45	8,45	1,00
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ С (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,50	0,03	6,89	30,24	35,16
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (аллергики) (* сушеные абрикосы без косточки (курага), * сахар песок, * лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			550	19,49	17,52	48,26	451,52	67,97
Полдник								
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ЯЙЦОМ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	150/20	5,39	17,02	14,85	231,86	7,51
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергики) (* виноград сушеный (изюм), * сахар песок, вода питьевая)	200	0,45	0,10	22,45	93,21	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,15	0,40	8,05	41,16	0,00
Итого			385	6,54	17,42	45,90	365,02	19,51
Всего				40,08	49,66	158,49	1 270,06	119,70